

## 生存のすべてを託す、一球のシュートもある。

スポーツマンたちは激しい練習に耐える。それは満足のいくプレーを行うためである。

自らが描いたイメージを、自らの肉体によって実現することが、

彼らの目標であり、彼らのよろこびでもある。

それが無為な行為だとしたら、ロマンと呼んでいいかも知れない。

それこそが、スポーツマンたちの生活そのものであるから。

「アディダス」ハンドボールウェアは、最新の機能で彼らのロマンに応えます。

adidas® 

# 昭和60年度日本協会各委員会紹介

## 〔企画委員会〕

委員長 北川勇喜  
委員 青木 徹  
池田和男  
樋口利郎

## 〔広報委員会〕

委員長 川上整司  
委員 佐々木正徳  
水海正行

## 〔機関誌委員会〕

委員長 川上整司  
委員 佐々木正徳  
鴨門義夫

## 〔競技用具委員会〕

委員長 安藤純光  
委員 岡前義春  
高田日呂美

## 〔競技委員会〕

委員長 安藤純光  
委員 伊藤和夫  
清水 正  
村田 弘  
岡前義春

## 〔指導者養成委員会〕

委員長 太西武三  
副委員長 本田娟一  
委員 設楽孝治  
飯田信行  
松本正昭  
一宮昌平  
岡本研二

## 〔クラブ委員会〕

委員長 中沢重夫  
委員 松喜美夫  
千田文彦  
村田 稔  
藤井 勉

東 北 松喜美夫  
東 北 千田文彦  
東 北 村田 稔  
東 北 藤井 勉  
東 北 飼沼守男  
東 北 清水哲哉  
東 北 明石英利  
東 北 佐藤利広  
東 北 末次 功  
東 北 望月 孝  
東 北 山中善之祐  
東 北 宮原 修  
東 北 石河広安  
東 北 田島 静

## 〔審判部委員会〕

審判部長 岡前義春  
審査委員長 入江信太郎  
審査委員 藤田八郎  
佐野和夫  
岡本克彰  
狩野幸介  
佐分正典  
新橋満  
出利 弘  
加藤雅之  
齋藤 実  
吉田 元

## 財務担当常務理事として

財務担当常務理事を受けての期目になります。協会財政は、オリンピック予選の日本開催の財政面での無理が尾を引いて、昭和59年度も苦しい年でありましたが、何とか専務理事以下役員諸氏の努力により切り抜けることが出来ました。

昭和60年度も引き続き財政面では大変な年であります。また、本格的にこの面での協会財政の確立と安定した運営をどうしても本年は実行しなければならぬ年であります。

基本的には、積極財政をとりながら無理無駄をさけ、協会運営の合理化を更に進めて、早く余裕のある経営面での運営が出来る様一段の努力が必要であらうと考えられます。具体的には、収入をいかに増やすか。登録金、事業収入、

○高校連部長 金原至

○ルール研究委員

○岡前義春（審判部長）

○大塚文雄（審判副部長）

○上久保重次

○後藤 登

○原 信雄

○島田房二

○清水宣雄

○浜田浩和

〔強化部委員会〕

○部長 渡辺慶寿（男子委員長）

○委員 近藤金博（女子委員長）

野田 清 鈴木義男

本田 洋 水上 一

市原則之 笹倉清則

新井節男 池田鉄哉

北山 隆

宍倉保雄

井 薫

山田 稔

考えます。

一面低辺の充実が将来に対する主要課題で、この面にも指導普及委員会との関連のもとで活動的に資金も出して前進する必要があると考えます。

勿論PR面は当協会が最も遅れている分野で、マスコミ対策にも費用を出してでも力を入れることが普及面に力になることの認識のもとに企画委員会と連絡をとってこの面に一段と努力をしたいと考えます。

以上基本的な財務委員会の抱負を述べましたが、要はこれを実行に移す為には各役員が十分連絡をとり、十分協議して積極的な中にも慎重に取り組み貴重な財源を最大限活用するため努力したいと考えますので、各位の絶大なご協力をお願いします。



# 日中国際親善大会

## 全日本男子 デビュ―戦飾れず

▼第1戦

(5月3日/代々木第1体育館)

日 本 19 (8-13) 19 中 国

得点  
0 0 1 0 1 0 1 4 7 2 4 0  
[中国] 領偉順 平倉 明偉 波明 東  
義和 満山 志旭 文衛  
関虞 白韋 薛江 趙徐 翟胡

G K F P (審・北・井) P T (1) 19 国

本 藤 山井 村木 村勝 隆取 本  
日 井 西藤 高立 玉田 田口 荷山  
得 0 5 3 2 1 4 4 0 0 0 0  
ロサンゼルス・オリンピック後

思い切った若返りを計った全日本男子チームのデビュー戦である。

その「若さ」がどのように発揮されるか、期待と不安の入り混った気持ちで立ち上がりを迎えた。

前半の立ち上がり、両チームとも十分気迫は感じられるのだが、やはり緊張感からか、動きはぎこちなく、パスミス、キャッチミスが目立つ出足。

そうした中で先手を取ったのは日本だった。相手スローオフからの攻撃をGK・井藤がとめると素速い攻めを見せてP.Tを得る。こ



れを玉村が決めてまず1-0。しかし、中国もその後すぐに、徐がきれいにポストから決めて追いつく。だが、その後は日本のペース。藤井の連攻、西山のミドル、田口勝のロングなどで4点を連取、6分過ぎには5-1とリード。このあたり、日本のディフェンスの足がよく動き、中国の攻撃をしつかりと止めて、守りから攻めへの展開が成功していた。

しかし、ここから中国も落ち着きを見せ、速い戻りからディフェンスを固められると、日本はセットから思うような攻撃展開が出来ず、実に10分近く無得点。中国がじりじりと追い上げ5-3に。ここで西山が頑張りを見せ、ロング、

速攻と2点連取、再び7-3と突き放したが、中国もGKが相手P.Tを止めるなどの好守を見せ、しぶとく反撃、結局8-6と日本の2点リードで前半を終了。

後半も先手を取ったのは日本。田口勝、高村が中央からのロングを決めて10-6。このあたり、この試合はもう大丈夫という感じだったのだが、その後がいきなり4分に趙のスタンディングシュー

トを決められると、日本側にミスが目立ち始め、相手の速攻を受け、10分には13-11。そして、15分には遂に14-14と追いつかれた。

ここで中国は、後半大活躍を見せていた趙が2分退場。しかし、1人足りない中国が、日本のキャ

ッチミスに乗じて速攻を決め、15-14と逆転、この試合初のリードを奪った。その後日本が再び3点を連取、17-15と再逆転。ところが、今度は中国が4点を連取、19-17とするという激しい展開。

残り1分で2点差とされた日本は、まず玉村が右サイドから決めて1点差。さらに、オールコートプレスに出て、中国のミスを誘いボールを得ると素早い展開から高村が持ち込み、中国の反則を誘ってP.Tを得た。残り時間は数秒しかなく、まさに勝負を決める一投となったが、西山がこれをよく決めて19-19の引き分け。

両チームともナショナルチームを組んでまだ日が浅いということもあって、コンビプレーが慣れず、細かなミスが多く見られ、まだまだ未完成のチームという感じであった。中国チームは、各選手ともがっちりとした体格をしており、シュートもパワフルなものを見せており、やはりコンビがとれてくれば日本の強敵であることは間違いない。

一方の日本だが、ディフェンスの方は、まあまあ足が動いておりよく集中力を切らずに頑張っているが、攻撃の方が今一歩。こう着状態となった時に突破口を見出す展開力がなく、単調なボール回しとなってミスから相手の速攻を食うケースが見られた。それと3本のP.T失敗はいただけでない。

▼第2戦

中 国 23 (13-10) 19 日 本

得点  
0 0 0 5 0 1 0 4 3 1 2 2 0 0 0 1  
[日本] 藤村 内山 井川 田村 木村 鶴取 藤田 本  
本 藤村 内山 井川 田村 木村 鶴取 藤田 本  
[日] 井上 西藤 市原 高立 玉田 田口 荷山

G K F P (審・後・藤) P T (1) 19 本

国 領偉順 平倉 倪栄 田明 偉波 明東  
[中国] 義和 満山 国福 山志 旭文 衛  
関虞 白韋 薛江 趙徐 翟胡

新戦法1-2-3ディフェンス  
シフトで挑んだ全日本だったが、各選手間のつながりが、今一歩。中国にとって日本のミスプレーをうまく処理して自軍のペースを崩さない巧みな勝利だった。

日本は、立ち上がり両45度に高村と田口勝の大同コンビ、右サイドに期待の左腕・玉村、左サイドにエース・西山、ポストには、藤井と立木、GK・矢内でスタート。前半、先行したのは中国・左腕の徐旭波の右サイドシュート。日本は、玉村、市川の単発的なシュートが目立つものの、高村、立木のロング、サイドシュートで加

点し、15分まで4-4の同点。その後互角の試合運びから、連続得点で抜け出したのは日本で、17分、玉村の右サイド、続いて田口勝のGKからのワンパス速攻シュートによるもの。21分、7-5とリード。しかし、日本優勢かと思われたのが27分まで。その後、パスワー





鋭いカットインを見せる中国 薛満倉

クに牙えをみせる中国・安福田の  
カットイン、右45度ロング、さら  
に終了間際の趙志偉のPTで10  
9と日本の守りのスキをついてあ  
つさり逆転。  
後半、一気に勢いに乗った中国  
は、ハツラツとしたうま味のある  
動きで日本を押しまくった。趙志  
偉、江山明のミドル、連攻シユー  
トで9分、16-11と5点リード。  
日本としては、もうこれ以上の  
リードを許すことが出来ず、ディ  
フェンスチェックを早目に切り替  
えた作戦が功を奏し、11分、中  
国・安福田にサイドで決められた

ものの、日本・西山↓田口勝↓市  
川↓田口隆と15分まで、連続得点  
をあげ16-17と1点差に詰め寄る  
猛反撃。攻撃力のあるところをみ  
せた。

しかし、この後が、いけなかつ  
た。17、18分と中国側の退場者が  
二人という場面で、ストリーング  
寸前まで攻めあぐむ拙攻で逆転の  
チャンスを自ら芽をつんでしまっ  
た。その後、中国はベースを取り  
戻し、鮮やかな横ライン攻撃、巧  
みなフェイント、速攻シユートで  
3連取の22-17。日本は、西山の  
左サイド、立木のミドルシユート  
で最後まで追撃をみせたものの点  
差を詰めただけにとどまった。

近年、めつかり力をつけてきた  
中国相手だけに、戦前から伯仲の  
争いが予想され、今後、世界選手  
権、ソウル五輪予選を占う意味に  
おいて、格好の対戦カードといえ  
た。しかし、前日の第1戦で19-  
19の引き分けに終わり、新生全日  
本としては、第2戦をものにして  
1勝1分で、この大会を終りたか  
った。

日本にとって今後、防御の基本  
とする1-2-3ディフェンスの  
効果は、まずまずとみていいだろ  
う。両45度に高村、田口勝の長身  
者、トップに藤井（田口勝）とす  
るトライアングルが今一つ、コン  
ビネーション的に荒さが目立った  
が、今後の長期練習で、その課題  
も解消されるだろう。さらに、1

1-2-3ディフェンスは、両45度  
の選手の動きが、0-6、1-5  
ディフェンスに比べ、体力的に消  
耗が激しい点から、ワンポイント  
の時間で、両サイドのフットワー  
クのある選手とのチェンジによる  
効果ある技術を生むとも考えられ  
る。

攻撃力は、西山、高村、田口勝  
のオリンピック経験者を中心にも  
つと白分の持ち味を、發揮すれば  
パワーも増大するだろう。そのた  
めにも、現在不在のコントロール  
タワー選手の確立が急がれるはず。  
ダブルポスト攻撃を中心にする  
日本にとって、ゲームメイクをこ  
なす選手のポジジョンが難しいが、  
ワンポスト・スリーフローター  
の型を引いた場合、センチターの選  
手が、軸となる。田口隆などのステ  
ップを生かす意味も含め、彼の成  
長が期待される。

もう一つ、日本にとって明るい  
材料として若手エース首藤の欠場  
を忘れられない。彼の攻撃力から  
して4、5点は計算される。

問題は、前後半、終了間際の力  
の減退だろう。この点をもっと精  
神面だけでなく、技術面も含め多  
角度から考える必要があるだろう。  
一方、ヨーロッパ・スタイルを  
確立しつつある中国は、攻撃力に  
目をみはるものがあった。逆45度  
からサイドへと繰り出す横ライン  
攻撃を展開するプレーは、完全な  
ものといえた。白↓趙志偉↓サイ

ドと流れる動きは、日本ディフェ  
ンスをまったくノーマークに崩す  
力を發揮した。さらに、細かいパ  
スワークにもコンビネーションと  
巧みさが備わった印象さえるかが  
わせた。それ故、趙志偉、韋和平  
にGK・閃碩ら若手が中心だけに  
今後の成長をプラスして考えれば  
日本にとっていやな存在といえる  
だろう。

中国の守りは、0-6型を中心  
にときおりみせる45度が上に浮く  
変型1-5と思いついたプレーを  
見せた。さらに、韓国もさること  
ながら、中国も、オーバージエス  
チャーによるタイムで、ゲームの  
流れを止める、あるいは変えてし  
まうまでのアクションを見せる。  
この試合にも2、3度、日本のチ  
ヤンスムードを完全に阻んでみせ  
た。こうした点は、日本チームも  
見習う余地があつていいのではな  
いだろうか。

### 第3戦

（5月6日／横浜文化体育館）

中国 30 (1218-1311) 24 全日本

得0007116121112010  
生日本田生沢田林倉引問原沢村 本藤  
生 切久 岡 橋育  
【学花山古朝中武平本郷佐河江山 橋育

G K F P (審・岡本) 水

【領倭順平倉俣栄田明俣波明東  
中 森和満 国福山志恵文衛  
【内鹿白岸許王張安江趙徐望胡  
得001111214510203

30 (41) P T

“まごころのおつきあい”が 私たちのモットーです。

あなたの銀行  
北國銀行

本店  
石川県金沢市下堤町  
店舗  
石川・富山・福井  
東京・大阪・名古屋  
京都・111か店



# '85チウンチエンカップ国際大会報告

## 日本、残念ながら第4位に

監督・鈴木義男

今年のチウンチエンカップ国際大会は、4月17日～21日まで台北市の台専体育館で、男子6チーム（スウェーデン、デンマーク、イタリア、韓国、台湾A、B）、女子5チーム（オランダ、日本、韓国、台湾A、B）で開催された。私たち女子ジュニアチームは、4月9日から15日まで大崎電気で合宿をお願いし、ゲームを中心に総合練習を行ない、コンディション、戦術など確かなまとまりを感じ自信を持って大会に臨んだのである。

このチームの主力選手は、昨年のイタリア・テラモ国際大会遠征の経験もあり、このチウンチエン大会も2度目の参加者がほとんどで、今年こそはと期待も十分であった。しかしながら成績は1勝3敗と残念ながら自分たちの力も出さず、昨年と変らない結果に終ってしまい責任を痛感する次第です。第1戦の台湾Bチームは高校選抜ともいうべきチームで、スピード、正確さに未だの感がある。ゲーム開始間もなく4番手選手に2点連取され先行される。しかし、日本も近藤、井沢、大野の中心選

手が速攻、カットイン、ミドルシューターなどで着々と加点、前半で勝負を決した感じである。後半は久保田、高校生の磯山のロングシュートがよく決まってワンサイドの点差となったが、第1戦のためか、集中力と判断のまずさが目についたゲームであった。台湾の于愛華選手が10得点をあげ注目を集めた。

オランダは大型ではあるが勝てない相手ではないので、ディフェンスを要型1・5でリズムを乱す戦法を取ったが、日本はいつもスタートが悪くリズムに乗りきれないうちに5点連取される。前半は両チームとも得点のリズムにムラがあり、3点、5点と連続得点にするのであるが相手にも連取され前半終了時は11対12の1点差。後半に入るとスタミナ不足から足が止ってミスの連続で自滅し、最後まで立直りが出来ず精神的弱さが出たゲームになった。

最終戦の台湾Aは、昨年のテラモでも対戦しているが少し戦力が落ちている感じである。日本は久保田、梅原を故障で欠いたこともあり、盛り上がり方が今一歩で粘り強さやブレイクの正確さがなかったように思う。

立ち上がり大野がペナルティスローを決めて先行するが10分過ぎまでは一進一退。しかしそれ以後シューターが入らず23分まで無得点で、一方的に相手のペース。その後、井沢、上西、市川と連取するが前半は8対13と5点差。後半は全員の動きも良くなり、強引なブレイも見られ、サイドシュート、ペナルティで1点差まで追いついたが時間切れに終わる。

今大会は、ほとんどのゲームがスタート時のもたついている間に点を取られ、それが最後まで影響するゲーム展開で勝敗を左右する

原因になっている。これはコンディション、集中力などのもって行きたかった課題にしたいと思う。今大会の敗因をふり返って考えると、

○個々のブレイクにスピードがなく、国際ゲームの激しい動きに対応出来るパワーが足りなかった。

○シューターのスピードとコースの甘さ、イージーミスが多く盛り上がり欠ける。正確なブレイクが必要。

○判断力、執着心など精神的要因。

若い選手だけに課題は山積みし、いてすべてを練習しなければと思うのだが、当面の目標である10月の世界選手権大会までの国内スケジュールの合間をぬっての合宿練習では時間的余裕に限度があり、それだけにすべての練習はともかく的をしはって集中的にレベルアップを計り、不足した練習は個人メニューを作って各チームにご協力をお願いしたいと考えている。

今度は、もう一度7月にテラモ国際大会の遠征をお願いし、今大会の反省をもとに全力投球で立て直しを計りたいと思います。この大会出場に際してお世話いただいた台湾協会の役員と各チーム関係者のみなさまに厚くお礼を申し上げ今後のご協力を願います。次第です。

### 遠征日程&成績

◆ 4月16日	成田出発
◆ 4月17日	開会式
◆ 第1戦	
日 本	33
◆ 4月18日	第2戦
日 本	19
◆ 4月19日	韓国
日本	17
◆ 4月20日	第3戦
オランダ	27
◆ 4月21日	第4戦
台湾 A	21
◆ 4月22日	観光
◆ 4月23日	帰国
◆ 成績	
①韓国 (4勝)	
②オランダ (3勝1敗)	
③台湾 A (2勝2敗)	
④日本 (1勝3敗)	
⑤台湾 B (4敗)	





技術にこころをこめて75年



HITACHI

## シンプルがいいね、技術も。

近年、“技術”はますます高度で複雑になってきました。専門知識を持った人や経験を積んだ人でなくては扱えないような機械もふえています。でも本来機械は、誰もが気軽に使えるものであるべきでしょう。これからの技術には単純明快なわかりやすさが必要なのです。いま日立はインターフェイスという言葉のもとに、人間と技術とのよりよい関係、誰もがかんたんに使いこなせる技術の実現をめざして研究・開発をすすめています。



技術との自由な対話  
**Interface**

株式会社 日立製作所

宣伝部 〒101 東京都千代田区神田駿河台四丁目6番地 TEL東京(03)258-1111(大代)



# 男子ジュニアチーム

## 派遣大会成果報告

監督 本田 洋

1 大会名

第3回香港大会

2 開催期間

昭和60年4月4日～4月8日

3 開催地

香港維多利亞公園手球場

4 大会参加国

香港、中国、韓国、サウジアラビア、イラク、日本（6カ国）

5 成績

①中国②韓国③日本④イラク⑤サウジアラビア⑥香港

▼予選

中国 29-22 イラク

日本 27-13 香港

韓国 32-21 サウジアラビア

▼4～6位決定戦

イラク 25-20 サウジアラビア

イラク 34-18 香港

サウジアラビア 32-19 香港

▼1～3位決定戦

中国 28-18 日本

韓国 31-18 日本

中国 32-26 韓国

6 事業の成果

①現地でのトレーニング、コンディション

4月4日午前5時起床、空港へというスケジュールが始まり、大会が4月5日であり、ヨーロッパ等で行なわれる大会方法である試合と試合の間の時間を24時間とするようなこともなく、当日ダブルの試合を組まれており、強行なハードスケジュールに調整する方法として、栄養と休養をとることに最大の注意を払った。

気温22度、競技場は公園内コンクリート上、屋外という条件なので、出発前には屋外、コンクリート上を想定し練習をする等の工夫はしてきてはいたが、当日は出たとこ勝負であった。

②試合経過と戦評

12月にイタリヤで行なわれるジュニア世界選手権大会の出場権はすでに得ているので、選考を兼ねての選手育成を主とした目的で大会へ臨む。10日前にユーゴ、西ドイツを経て帰国し、メンバーの5名を組み替えて（今大会には競技力がやや劣る5名を参加させし）臨んだ。

しかし、大きな誤算があった。

それは、前遠征で非常にレベルアップし、良い成果をあげて帰国した選手たちであったが、帰国後の10日間はそれぞれ所属チームの強化合宿期間に当たっており、直前合宿に集合した時には疲労感を漂わせていた。

特に、精神、神経面において入学、入社等の手続きその他に追われ、合宿の合間をぬって手続き完了のためにバタバタしなければならず、切り替えて集中できないだけの人間の強さを持ち得ていないジュニア選手層だけに、落ちつかない状態であった。ジュニア選手が、それぞれの所属チームにおいてリーダーシップを取り得ていない状態であることも一察といえる。選抜選考方式がもつともジュニア育成と強化となる方式であろうと確信していても、チーム編成後の訓練期間を多くとれない現状が選抜チーム特有のマイナスイメージをカバーすることができなかった。

当面、戦績における目標は、アジア、アフリカのリーダーシップをとることにあが、今回対戦相手の中国は、ロサンゼルス、オリンピック後の新ナショナルチームであり、韓国はソウル・オリンピックへ向けてのジュニアとナショナルの混合であり、大会に臨んだ日本チームはジュニア選考を兼ねた不安定な状態であるだけに、優勝は望めなかった。（大会競技場

で観察した時点には）2位を目標とした。ジュニア選手たちで、国内においてその所属するチームの中核となつて活躍する選手はまだ少なく、今大会において初めてリーダーシップの取り方を学ぶ者や、今大会でフル出場することを体験する者などの編成チームとなり、未熟な基礎技能に加えて競技初体験というアガリが加わって、チームとして弱点をさらけ出す場面が多々起こる。

若手選手のミスをカバーすることに力を消耗してゆく中心選手たちが、ナショナル選手としての自覚と誇りで歯を食いしばつての戦いで、持てる力をフルに使いつたしてなお敗れるという精神的に悪い戦いぶりとなった。

③事業の総評と反省  
(1)今後香港大会へ臨むにあたり、ナショナルBをあててみるか、ジュニアをあててみるかの再検討が必要。ジュニアをあててみるならば、レベルアップをいかに工夫できるかを明確にし、事実レベルアップしたジュニアでなければならぬ。

(2)ジュニア選手のリーダーシップ育成。  
(3)強化コーチスタッフを増してその教育にあたること。  
(4)ジュニア選手の所属監督と強い密着をし、育成の方向に援助をより多く得ること。

実績と信頼の公式試合球

イルマボール



ALL OVER THE WORLD

IRUMA

ハンドボール

入間川ゴム株式会社

東京・埼玉・大阪・名古屋

日本ハンドボール協会検定球 HL-3, HL-2



# 新型すばらしいハンドリング

ジュニア世界選手権(1981男子)★アジア大会(1982男子)公式試合球  
東京・メキシコ・ミュンヘン・モスクワ・ロサンゼルスと5回オリンピックの公式試合球に世界でたびたび選ばれた、ミカサの技術が、この「**新型**」にすみずみ迄生かされ、すばらしいハンドリングが約束されています。



日本ハンドボール協会  
検定球

MGH3



国際ハンドボール連盟  
公認球

HL400

★  
**MIKASA**®

明星ゴム工業株式会社  
広島・東京・大阪・名古屋・福岡

健康一番  
**OMRON**

健康をチェック。  
デジタルでチェック。

かるくて、かわいく、使いやすいカタチです。

- 検温中は、「℃」マークが点滅。点滅ストップで体温の読みとりをお知らせします。
- 1111回使っても電池交換は3年に1度。そのうえ、スイッチを切り忘れても10分後に自動加算に切れる経済設計です。

**オムロン 電子体温計**

MC-9 ¥1,600 医療用具番号 58B1125

お知らせブザーがついたセパレートタイプです。

- ライオン・クマ・ネズミと、かわいい動物イラストがついた3タイプとシックなダークブルーをそろえています。

**オムロン 電子体温計**

**けんおんくん**

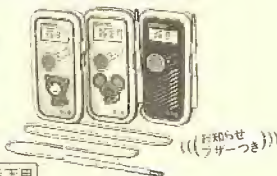
MC-11B ¥3,000 医療用具番号 58B1569 互下用

お求めは、薬局・薬店、百貨店、医療機器店などでどうぞ。

立石電機株式会社 健康医療機器事業本部 〒105 東京都港区虎ノ門3-4-10 虎ノ門35ビル 03(436)7092

あ3ん!  
オムロン

若原 瞳



お知らせ  
ブザーつき



# アメリカで学んだこと

## これからの体力

## トレーニングを考える

渡辺慶寿



### V 整理運動の計画 (Cool down program)

整理運動は、激しい練習のため収縮している筋肉を、再び伸ばし緊張をはぐすために必要である。

- (1) 運動後の筋肉痛を減らす。
- (2) 柔軟性を高める。
- (3) 自己のからだの理解を増す。
- (4) 新鮮な気持ちになり、緊張からの開放に役立つ。

#### ○ステップⅠ 呼吸法

- (1) 鼻から吸い、肺を満たす。
- (2) 次に下部肋骨と胸壁を押えながら肺を満たす(肺の中部)。
- (3) 次に肩をわずかに上げるようにして肺を満たす(肺の上部)。
- (4) 完全に吸気したら、腹部にわずかに空気を入れる。
- (5) 息を保ち、ゆっくりと口から出していく。

これを5回くり返し行なう。

#### ○ステップⅡ 伸張(ストレッチ)

- (1) 立位のハムストリング(膝腱)……20秒
- (2) 立位のそけい部(ものつけねの内側の)アキレス腱……20秒
- (3) そんな姿勢のスクワット……20秒
- (4) 修正したハードル跳び越し、左右の脚……20秒
- (5) 脚上げ、上げたままにしておく……20秒

- (6) 脚広げ……20秒
- ステップⅢ 緊張をはぐす背中をつけて寝る。

- (1) 両足を一緒に持ち上げ、両足の側面に手の平をつける。
- (2) はじめ足から始めて、顔面まで緊張させたり弛緩させたりする。

イ、足、ロ、ふくらはぎ、ハ、大腿、ニ、腹部、ホ、胸部、ヘ、腕と手、ト、肩と首、チ、顔面(まゆをしかめる)。

一呼吸をして息を止め、上記の身体各部を緊張させゆっくりと弛緩させながら息を吐く。

顔面まで行なったら静かに眼を閉じる。

自分が静かな湖でボートを漕いだり、雲の上を航海していることを想像する。

緊張をはぐし、自分のからだの中を空気が通り抜けることを感じる。そして夢を見る。

この弛緩練習によって、精神的、身体的緊張を減らす手助けとなる。また、からだの筋肉群を固くしたり、弛緩させたりすることを通じて自分のからだを一層知ることもなる。

### VI ウエイト・トレーニング計画 (weight training program)

体力の基本となるものは、ウエ

イト・トレーニング計画である。ウエイト・トレーニング計画は、(表4)から力の強さ、力、速度を発達させるものは、質的な時間(合理性)、密度、取り組みの姿勢による結果である。ウエイト・トレーニング室に足を入れたらすべての時間を集中してトレーニングに励む必要がある。すなわち、精神的な心構えは、技術練習と同じぐらい重要であることを自覚しなければならぬ。自分自身の「身体的側面」をより発達させることができるはずである。もし発達をしていなければ、正確に結果に実行すべきである。テストの結果、他人との比較で身体的特性を更に発達させる必要があるため正確に定める必要がある。

例えば、ベンチプレスにおいて90%の得点(非常に良好)であったが、スクワットで60%得点(境界)であったとする。この場合、脚の強さと力が弱い。従って、更に一生懸命トレーニングを積むことによって高めなければならず、さらに負荷運動を加えて、自身の欠陥をなおすよう努力することを求めるべきである。

すべて運動選手は、現在の自己の強さ、力、運動の水準を高めることを要求している。自己の体的発達、競技の実力の向上により大きな影響をもたらす。各自の目標は、各自の弱点の分野を大きく向上させることや強い点を維持あるいは向上させるべきである。体



表4 ウェイト・トレーニング規定一覧表

全身のプログラム

パワー	Time	反復回数	基本運動 強度	Monday	Wednesday	Friday
Cycle I	3 Weeks	5,5,5,5,5	75%	M	H	M
Cycle II	3 Weeks	5,5,5,3,3,3	75%, 80%	E	E	E
Cycle III	3 Weeks	5,5,3,3,2,2	75%, 80%, 85%	D	A	D
Cycle IV	3 Weeks	3,3,3,2,2,2	80%, 85%	I	V	I
Cycle V	2 Weeks	5,5,5,5,5	75%	U	Y	U
				M		M
脚						
Cycle I	3 Weeks	8,8,8,8,8	70%	M	M	H
Cycle II	3 Weeks	8,8,8,6,6,6	70%, 75%	E	E	E
Cycle III	3 Weeks	6,6,6,6,6,6	80%	D	D	A
Cycle IV	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	80%, 85%	I	I	V
Cycle V	2 Weeks	8,8,6,6,4,4	70%, 75%, 80%	U	U	Y
				M	M	
胸/肩						
Cycle I	3 Weeks	8,8,8,6,6,6	70%, 75%	H	M	M
Cycle II	3 Weeks	8,8,6,6,4,4	70%, 75%, 80%	E	E	D
Cycle III	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	75%, 80%	A	D	I
Cycle IV	3 Weeks	6,6,4,4,2,2	75%, 80%, 85%	V	I	U
Cycle V	2 Weeks	6,6,6,6,6,6	80%	Y	U	M
					M	
補足運動						
Cycle I	Legs	Chest/Shoulders	Back/Neck	Arms		
Cycle II	3 x 10 Light	3 x 8 Light	3 x 10 Light	3 x 8 Light		
Cycle III	3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate	3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate		
Cycle IV	3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy	3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy		
Cycle V	10,8,6 Heavy	8,6,4 Heavy	10,8,6 Heavy	8,6,4 Heavy		
	3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate	3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate		

力向上の最終的目標は、全般的に調和がとれ、自己の実力が大きく向上することにある。

1 自己の熟練した技術をよりたやすく実行する能力を高める。

2 自分が受けるであろうあらゆる「けが」に対しての抵抗力、あるいは回復する力を向

Ⅶ 重量の計画 (lifting program)

上させる。

3 爆発的な力を生み出す能力を高める。

4 最大に活動し、自己の忍耐の向上をさせる筋肉を調整する。

表5 分割プログラム

Power Exercises	Time	Repetitions	Intensity	Monday	Thursday
Cycle I	3 Weeks	5,5,5,5,5	75%	H	M
Cycle II	3 Weeks	5,5,5,3,3,3	75%, 80%	E	E
Cycle III	3 Weeks	5,5,3,3,2,2	75%, 80%, 85%	A	D
Cycle IV	3 Weeks	3,3,3,2,2,2	80%, 85%	V	I
Cycle V	2 Weeks	5,5,5,5,5	75%	Y	U
					M
Leg Exercises					
Cycle I	3 Weeks	6,6,6,6,6	75%	M	H
Cycle II	3 Weeks	8,8,8,6,6,6	75%, 80%	E	E
Cycle III	3 Weeks	8,8,6,6,4,4	75%, 80%, 85%	D	A
Cycle IV	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	80%, 85%	I	V
Cycle V	2 Weeks	6,6,6,6,6	75%	U	Y
				M	
Chest/Shoulder Exercises				Tuesday	Friday
Cycle I	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	75%, 80%	M	H
Cycle II	3 Weeks	6,6,6,6,6	80%	E	E
Cycle III	3 Weeks	6,6,4,4,2,2	80%, 85%, 90%	D	A
Cycle IV	3 Weeks	4,4,4,2,2,2	85%, 90%	I	V
Cycle V	2 Weeks	6,6,6,4,4,4	75%, 80%	U	Y
				M	
補足運動					
Cycle I	Legs	Chest/Shoulders	Back/Neck	Arms	
Cycle II	3 x 10 Light	3 x 8 Light	3 x 10 Light	3 x 8 Light	
Cycle III	3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate	3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate	
Cycle IV	3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy	3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy	
Cycle V	10,8,6 Heavy	8,6,4 Heavy	10,8,6 Heavy	8,6,4 Heavy	
	3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate	3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate	

この計画を用いてくために異なる3つの型を作成した。どの計画を用いるべきかは、「身体的側面」の得点によって用いるとよい。

1 全体のプログラム

この計画は、すでに高水準の強さと力とを表している運動選手のために作られている。もし自分の「身体的側面」の得点が、非常に

良好（90%）、あるいは卓越した（100%）ものであるならよいことになる。この計画は1週間に3度のウェイト・トレーニングと、からだ全体の運動を課している。

2 分割プログラム（表5）

この計画は、強さと力が平均（70%）から良好（80%）の水準の運動選手のために作られている。

新宿駅南口歩いて2分。新都心に600室。



●レストラン・バー「クリッパー」 ●カフェレストラン「キャリオカ」 ●スナック&パブ「ティンバー」 ●日本料理「車屋」 ●中国料理「順和園」 ●結婚式場・大小宴会場



ホテルサニョ東京

〒151 東京都渋谷区代々木2-3-1 ☎(03)375-3211(代)



表6 交互プログラム

基本運動

Power Exercises	Time	Repetitions	Intensity	Day 1	Day 2	*Day 3
Cycle I	3 Weeks	5,5,5,5,5	75%	H	M	M
Cycle II	3 Weeks	5,5,3,3,2,2	75%, 80%, 85%	E	E	E
Cycle III	3 Weeks	5,5,5,3,3,3	75%, 80%	A	D	D
Cycle IV	3 Weeks	3,3,3,2,2,2	80%, 85%	V	I	I
Cycle V	2 Weeks	5,5,5,5,5	75%	Y	U	U
Leg Exercises					M	M
Cycle I	3 Weeks	6,6,6,6,6	75%	M	H	M
Cycle II	3 Weeks	8,8,8,6,6,6	75%, 80%	E	E	E
Cycle III	3 Weeks	8,8,6,6,4,4	75%, 80%	D	A	D
Cycle IV	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	80%, 85%	I	V	I
Cycle V	2 Weeks	6,6,6,6,6	75%	U	Y	U

\*Day 3 is every other week for power/legs and shoulders/chest.

Chest/Shoulder Exercises	Time	Repetitions	Intensity	Day 1	Day 2	*Day 3
Cycle I	3 Weeks	6,6,6,4,4,4	75%, 80%	M	H	M
Cycle II	3 Weeks	6,6,6,6,6	80%	E	E	E
Cycle III	3 Weeks	6,6,4,4,2,2	80%, 85%, 90%	D	A	D
Cycle IV	3 Weeks	4,4,4,2,2,2	85%, 90%	I	V	I
Cycle V	2 Weeks	6,6,6,4,4,4	75%, 80%	U	Y	U

補足運動

Legs	Chest/Shoulders	Back/Neck	Arms
Cycle I 3 x 10 Light	3 x 8 Light	3 x 10 Light	3 x 8 Light
Cycle II 3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate	3 x 8-12 Moderate	3 x 6-10 Moderate
Cycle III 3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy	3 x 8 Mod. Heavy	3 x 6 Mod. Heavy
Cycle IV 10, 8, 6 Heavy	8, 6, 4 Heavy	10, 8, 6 Heavy	8, 6, 4 Heavy
Cycle V 3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate	3 x 10 Moderate	3 x 8 Moderate

A表

運動	記述	回数	重さ/回	重さ/回
	70%~75%	5 5 5 5 5		

各々のセットで使用したウエイトの強度と、運動の回数を記録する。  
各々のセットで行うべき回数を表す。  
各々のセットで実行するべき運動の強度を示す%は運動量である。  
運動種目を表し、実行すべき運動の選択を表す。

2週目—月、水、金……脚、背部、頸部

火、水……胸壁、肩、腕

ウエイト・トレーニング (Weight Training Exercises) (表9)

以下はウエイト・トレーニング種目の一覧である。この一覧を見て、各運動が身体の中の領域の向上に意味があるかを知ることができ、自己の状況に応じて選択することも可能である。

1 基本運動 (Base Exercises) 大きな筋群を働かせ、全体の強さや力を高めるために用いられている。

2 追加運動 (Supplemental Exercises) 「けが」をしやすいく関節の周囲の小さな筋群を発達させるために組み入れられている。また、これらの運動はからだ全体の均衡と発達の上をも助けるもの

である。

運動処方 (Exercise Prescription)

運動処方の例を示したが上記のA表である。筋力、筋持久力を最大に効果を挙げるためのトレーニング計画である。

運動の周期 (Cycling) 運動の周期は、以下を調節することによって行なう。

- (1) 全体の運動数
- (2) 各運動のセット数
- (3) 各セットの繰り返し数
- (4) 各セットの強度

ウエイトの量 (weight) ウエイト・トレーニングの目的は、各運動での量は徐々に増加させることであり、どれだけ量を持ち上げられるかではない。

量Ⅱ(くり返し回数) × (1セット当りのウエイト) × (セット数)

以下に述べることは、周期的に行なう練習の各サイクルにおける目標である。

サイクルⅠ—全身の筋力作り この課程は、ウエイト・トレーニングの基本的な練習を司るもので、のちに増加していく負荷に対してからだの準備段階といえる。

したがって、相対的に軽量のウエイトとくり返し回数を多くした練習である。

サイクルⅡ—強さを高める

トレーニングの密度と量を増しは始める。からだが対応できるよ

日本が生んだ世界のボール

日本ハンドボール協会検定球 (J・H・A)

タチカラニムレスボール

タチカラのハンドボールは縫ボールと同じ構造のチューブが離れたL・B・C中空製法です。

TACHIKARA

タチカラ株式会社





表7 ウェイト・トレーニング一覧表

基本トレーニング

**POWER**  
Power Clean  
Power Pulls  
Push Press  
Snatch

**VARIATIONS**  
Hang Clean  
Hang Pulls  
Push Jerks  
Hang Snatch

**LEGS**  
Parallel Squat  
Hip Press  
Lunges  
Safe Squat

**VARIATIONS**  
Front Squat  
Leg Sled  
Step-Ups  
Hack Squat

**CHEST/SHOULDERS**  
Bench Press  
Incline Press  
Military Press

**VARIATIONS**  
Dumbbell Bench  
Dumbbell Incline  
Dumbbell Military

補足トレーニング

**LEGS**  
Leg Extension  
Leg Curl  
Ab-Adduction  
Heel Raises

Hip Flexion

**CHEST/SHOULDERS**  
Dumbbell Flys  
Decline Press  
Close Grip Bench

Upright Rows  
Shoulder Raises  
Shoulder Shrugs

**BACK/NECK**  
Bent-over Rows  
Lat. Pull Downs  
Pull-overs  
Pull Ups  
Seated Rows

Good Mornings  
Hyperextensions  
Stiff Leg Dead Lift  
4-Way Neck  
Manual Neck

**ARMS**  
Bicep Curls  
Tricep Extensions  
Dips  
Reverse Curls

Wrist Curls

うに使用するウェイトを徐々に増し、強さの向上を計る。

サイクル3—強さと力の発達

トレーニング量を減らし、徐々に密度とからだに適応し、発達し続けるようにウェイトを増加し続けることである。

サイクル4—最大の強さと力の発達

発達

このサイクルを通じて、最大のトレーニングウェイトを試みることは、ただし、重量が増加することは、「けが」の危険が大きいため注意して行なうことが必要である。サイクル5—強さと力の洗練

このサイクルは、プレーに必要な強さと力またプレーに要求される強さと力を洗練することにある。

重量を決める手順 (Lifting Routines)

以下に述べる手順にしたがい重量を決めていくことが、筋の強さや筋力の発達に効果をとげることができる。

基本運動 (Base Exercises)

複数のセット

同一ウェイトを使用する決められた回数の反復の5つのセット。

規定—5、5、5、5、5

(5回反復の5セット) 75%の強度。

例—定められた全ての回数を正しい方法で行なう。重量を上げる。

3重のセット

全体で6個のセット、同数の反復の3つのセットを行ない、次に反復回数を減らして別の3つのセットを行なう。3つのセットの

各々にウェイトを加えてもよいし、定められた強度になるまで、各セットにウェイトを加えてもよい。

規定—8、8、8、6、6、6 (8回反復で3セット、6回反復で3セット、70%の強度。

例—定められた全ての回数を正しい方法でできたら重量を上げる。

2重のセット

全体で6個のセット、同数の反復の2つのセットを行ない、反復回数を減らして、別の2つのセットを行ない、さらに反復回数を減らして、2つのセットを終える。

2つのセットのウェイトを加えてもよいし、定められた強度になるまで各セットにウェイトを加えてもよい。

規定—6、6、4、4、2、2 (6回反復で2セット、4回反復で2セット、2回反復で2セット) それぞれ、75、80、

85%の強度。

例—定められた全ての回数を正しい方法でできるようになったらウェイトを上げる。

反復のウェイトから始めて、反復回数を減らしていく。3〜4つのセット。

規定—3×8〜12 (8から12回反復の3つのセット) 中等度のウェイト。

例—より反復回数を多くして、正しい方法で全てのセットを行なえたらウェイトを上げる。

進行性のセット

反復回数を減らし、ウェイトを増加させる。3〜4つのセット。

規定—12、10、8 (12、10、8回反復の一つずつの

補足運動 (Supplemental Exercises)

複数のセット

同一のウェイトを使用。同数の反復の3〜4つのセット。

規定—3×8 (8回反復の3つのセット) 中等度のウェイト。

例—定められた全ての回数を正しい方法で行なうことができたならウェイトを上げる。

平行のセット

各セットは、より少ない回数のセット) 中等度のウェイト

滋養強壮剤

薬用人参・牛黄・大蘇製剤

キョーレオピン®

レオピン®  
ファイブ

効能・効果

○滋養強壮 ○虚弱体質 ○肉体的疲労後の体力低下・胃腸障害・栄養障害・発熱性消耗性疾患・妊娠授乳などの場合の栄養補給



湧泉製薬株式会社

〒553 大阪市福島区福島3丁目1番39号  
〒101 東京都千代田区二崎町1丁目3番12号

☎06(428)8901(代)  
☎03(293)3351(代)





Drake 夫妻(前列の二人)囲んでの夕食会

イト。

例——各セットにおいて、規定された全ての回数を正しい方法で行なえたら、ウエイトを上げる。

#### Daily Exercise

ウエイト・トレーニングができない夏の期間がある。その時のために家庭でおこなう方法を実施することによって、今までのトレーニングの効果を維持、あるいは、向上させるために以下の方法を挙げた。この方法は、時間やトレーニングに制限を受ける時に、補助となるように企画され、また、追加の手がかりとして企てたものである。

#### ステップ1 腹部

準備運動として腹部の運動を行なうこと。

#### ステップ2 胸部

。押し上げ(腕立伏臥)——顔を下にして、床に両手を直接肩の下に置く。頭を上げて、背中をまっすぐにして、腕と胸壁を広げた姿勢まで押し上げながら息を吸ったり、吐いたりする。次にはじめの姿勢までからだを下げていきながら息を吸う。

。傾き押し上げ——押し上げの姿勢と同じでベッドや椅子に両足をかける。押し上げ運動と同じ方法で行なう。

#### ステップ3 肩

。腕立て押し上げ——両足を壁にもたれかけ、手をついた姿勢で手

を肩幅にあわせてつく。床までからだを下げていきながら息を吸う。次に、はじめの姿勢までからだを押し上げながら息を吐く。

#### ステップ4 腕

。椅子による腕屈伸——2つの椅子間にからだを入れ、両手、両腕で体重をささえる運動。からだを下げながら息を吸い、次にまっすぐにした姿勢になるまで腕を伸ばす。そして息を吐く。

#### 運動の規定 (Exercise Descriptions)

ステップ2、3、4、各運動はこの手順にしたがうこと。

セット#1 10—20秒運動、10—20秒の休息。

#2

#3

#4

#5

可能な限り多くくり返す。1分間の休息。

#6 可能な限り多くくり返す。

向上の状態により、運動時間を延長し、休息時間を短縮する。各運動を10秒間に10—15回くり返すように努力する。

反復のウエイト・トレーニングのボンド重量 (Repetition poundage chart)

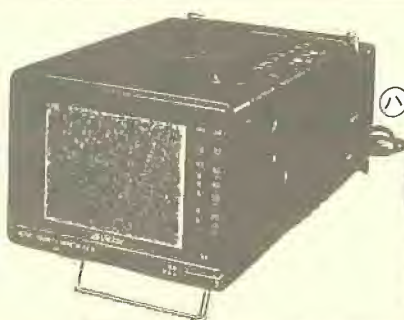
以下の反復のウエイト・トレーニングのボンド重量を示す図を利用して、次のことが可能となる。



**Victor**

今日のヒーローは  
背番号6。

ヒーローになる選手は、どこか輝いている。  
新発売のコンパクトカラー「6inch Magazine」も、ファッションブルでスポーティで、感度バツグンのパーソナルタイプ。輝いているナ。



ハンドボールニコろを満たす

Magazine  
**6inch**

6型コンパクトカラーテレビ

**CX-60**

標準価格 79,800円 (A/C電源付)



表8 反復ポンド量

One Repetition Maximum	60%	70%	75%	80%	85%	90%	95%
450	270	315	335	360	380	405	425
440	260	305	330	380	375	395	420
430	255	300	325	345	365	385	410
420	250	295	315	335	355	375	400
410	245	285	305	330	350	370	390
400	240	280	300	320	340	360	380
390	235	275	290	310	330	350	370
380	230	265	285	305	320	340	360
370	225	260	275	295	315	330	350
360	220	250	270	290	305	325	340
350	215	245	260	280	300	315	330
340	200	240	255	270	290	305	320
330	195	230	245	265	280	300	310
320	190	225	240	255	270	290	305
310	185	215	230	250	265	280	295
300	180	210	225	240	255	270	285
290	175	205	215	230	245	260	275
280	165	195	210	225	240	250	265
270	160	190	200	215	230	245	255
260	155	180	195	210	220	235	245
250	150	175	185	200	210	225	235
240	145	170	180	190	205	215	225
230	140	160	170	185	195	205	215
220	130	155	165	175	185	200	210
210	125	145	155	170	180	190	200
200	120	140	150	160	170	180	190
190	115	130	140	150	160	170	180
180	110	125	135	145	155	165	170
170	100	120	130	135	145	155	160
160	95	115	120	130	135	145	150
150	90	105	110	120	125	135	140
140	85	95	105	110	120	125	135
130	80	90	95	105	110	115	125
120	70	85	90	95	100	105	115
110	65	75	80	85	90	100	105
100	60	70	75	80	85	90	95

各セットにおける適切な重量が定まる。

各自の現在の強さと力のレベルに合うように、強度を調節することができ

る。各自の向上した強さと力のレベルに合うように練習強度を増加する。

自己の強さと力を向上させることを期待するならば、練習の量と強度のアップは、非常に重要である。以下のことは、定められた練習にしたがうのを助ける2つの例である。

例1  
パワークリーンの場合、反復は

75%の力で5セットを5回、270ポンドとする。

※注意

もし最近トレーニングを行っていないならば、低い強度からはじめること。この場合は、250ポンドからがよい。

ステップ1

250ポンドのラインを左側の欄からみつける。

ステップ2

250ポンドのラインにおける適切な%の欄から定められた重量をみつ

※注意

定められた運動において「重い」練習日と「中程度の」練習日

の内容は、

「重い」練習日

250ポンドラインを75% (185ポンド)ではじめる。練習をはじめる前に、より軽いウエイトで2、3セットの準備運動を常に行なうこと。

セット1 185ポンド5回反復

セット2

セット3

セット4

セット5  
これより250ポンドの重量を上げる。

トレーニングにより進歩するにすぎない、最後の1、2セットにおいて、できる限り数多く反復す

るように努力することが大切である。

「中程度の」練習日

この例では、240ポンドのラインで75% (180ポンド)を使用する。

例2

運動種目は、ベンチプレスである。反復はそれぞれ80%で6セット3回、85%で4セットを3回である。重量は350ポンドである。

ステップ1と2 例1と同じ

「重い」練習日

330ポンドを80% (265ポンド)および85% (280%)ではじめる。

必ず練習をはじめる前に、2、3セット軽いウエイトで準備運動をすること。

セット1 265ポンド6回反復

セット2

セット3

セット4 280ポンド4回反復

セット5

セット6

以後340ポンドで上げる。

練習によって、強度が増しても絶対に満足してはならない。

定められたセットと反復回数を全てできるようにした時、1、2段ランク(ライン)を上げて練習をすること。強度の水準は、ウエイトのパーセントを上げること

で各周期が調節される。

(以下次号)

シティ・カブリオレ

太陽 標準装備で、新登場。

CABRIOLET



HONDA

本田技研工業株式会社鈴鹿製作所





# ヨーロッパ情報

島林護

## ●第25回男子チャンピオン・カップ

ヨーロッパで最も伝統が深いクラブ選手権、第25回男子チャンピオン・カップ決勝は、4月14、21日に、メトロプラスチカ・シャバツ（ユーゴ）とアトレティコ・マドリッド（スペイン）との間で、それぞれのホームコートで争われ、第1、2戦とも完璧な試合運びでトータルスコア49-32と圧倒的な強さを示したメトロプラスチカが、初タイトルを獲得した。

メトロプラスチカは、昨年も決勝まで駒を進めたものの、劇的なPT合戦の末、チェコのディクラ・ブラハに敗れただけに今回のファイナルに賭ける息込みは、計りれないものがあった。一方、アトレティコの方も、東ドイツのSC・マクデブルクなど強豪を次々に破って決勝に進出してきた進境著しいチームとあっては、興味も一段と高まった好カードといえた。

シャバツのゾルコ体育館で行な

われた第1戦は、アトレティコが前半23分まで5-1と互角の試合を展開。中でも、GK・リコの果敢なキーピングは、イサコビッチとブヨビッチ（ユーゴ）のPTをゴール外にはじき出す素晴らしいプレーを見せ場内を沸かせた。しかし、世界一のゴールキーパーと名をはせるキャプテン・パシッチを中心とするメトロプラスチカの守りは後半、地力を発揮。19分まで相手ゴールを2得点と押える一方、外国チーム移籍料が5千万円と伝えられるサイドマン・イサコビッチに若手、ムルコニアの攻撃力が爆発。アトレティコの追撃を許すことなく19-12の7ポイントリードで第1戦をものにした。

マドリッドのパラタ・スポーツホールに場所を移した第2戦は、アトレティコの逆転勝利を信じて疑わない1万2千人のスペインのファンを集めた熱気あるものだった。しかし、ゲームの結果は、試合後、コプレーの技量が、我々を大きく超えていた。そのようなチームに負けても恥とは思われない。とアトレティコのロマン・コーチが語るほど、メトロプラスチカのプレーは余裕あるものだった。

前半から正確なゲーム展開で16-9と試合を決定づけた後も、イサコビッチ、ブヨビッチ、ムルコニア（8得点）と大荒れ。アトレティコはアロンソ、ミリアン、ガ

### (第2戦)

得点		GK		審判		PT	
メトロ	49	リコ	1	バルセロナ	1	20	20
アトレ	32	アロンソ	1	バルセロナ	1	20	20

## ●第24回女子チャンピオン・カップ

一方、第24回女子チャンピオン・カップ決勝は、女王スバル・キエフ（ソ連）が、昨年の覇者ラドニチキ・ベオグラード（ユーゴ）を第1、2ラウンドとも安定した守備力を発揮、逆転で快勝すると共に、今年で通算10回目の優勝という大偉業を達成し

☆ 男 子 ☆		☆ 女 子 ☆	
① (1957) レブル・ブラハ [チエコ]		① スティンク・ブカレスト [ルーマニア]	
※ (1958) ※		② スバルタク・ツコロバブラハ [チエコ]	
② (1959) レドベルグリエド・エーデホルグ [スウェーデン]		③ トルド・モスクワ [ソ連]	
③ (1960) フリスチャフ・ギョピンゲン [西ドイツ]		④ ラビッド・ブカレスト [ルーマニア]	
※ (1961) ※		⑤ HG・コペンハーゲン [デンマーク]	
④ (1962) フリスチャフ・ギョピンゲン [西ドイツ]		⑥ SC・ライプチヒ [東ドイツ]	
⑤ (1963) ドュクラ・ブラハ [チエコ]		⑦ ジルギリス・カウナス [ソ連]	
※ (1964) ※		⑧ ジルギリス・カウナス [ソ連]	
⑥ (1965) ディナモ・ブカレスト [ルーマニア]		※	
⑦ (1966) D H F K・ライプチヒ [東ドイツ]		⑨ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑧ (1967) VfL・グンメルスバッハ [西ドイツ]		⑩ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑨ (1968) ステアウワ・ブカレスト [ルーマニア]		⑪ スバルタク・キエフ [ソ連]	
※ (1969) ※		⑫ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑩ (1970) VfL・グンメルスバッハ [西ドイツ]		⑬ SC・ライプチヒ [東ドイツ]	
⑪ (1971) VfL・グンメルスバッハ [西ドイツ]		⑭ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑫ (1972) パルチザン・ビエロバル [ユーゴ]		⑮ ラドニチキ・ベオグラード [ユーゴ]	
⑬ (1973) マイ・モスクワ [ソ連]		⑯ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑭ (1974) VfL・グンメルスバッハ [西ドイツ]		⑰ TSC・ベルリン [東ドイツ]	
⑮ (1975) ASK・フォアアヴェルツ [東ドイツ]		⑱ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑯ (1976) ボラツ・パニャルカ [ユーゴ]		⑲ ラドニチキ・ベオグラード [ユーゴ]	
⑰ (1977) ステアウワ・ブカレスト [ルーマニア]		⑳ スバルタク・キエフ [ソ連]	
⑱ (1978) SC・マクデブルク [東ドイツ]		㉑ パサス・ブダペスト [ハンガリー]	
⑲ (1979) TV・グロスバルスタット [西ドイツ]		㉒ スバルタク・キエフ [ソ連]	
㉑ (1980) TV・グロスバルスタット [西ドイツ]		㉓ ラドニチキ・ベオグラード [ユーゴ]	
㉒ (1981) SC・マクデブルク [東ドイツ]		㉔ スバルタク・キエフ [ソ連]	
㉓ (1982) ホンベト・ブダペスト [ハンガリー]			
㉔ (1983) VfL・グンメルスバッハ [西ドイツ]			
㉕ (1984) ディクラ・ブラハ [チエコ]			
㉖ (1985) メトロプラスチカ・シャバツ [ユーゴ]			

ヨーロッパ・チャンピオン・カップ歴代優勝チーム



ヨーロッパ・カップ・ウィナーズ・カップ		☆ 男 子 ☆		☆ 女 子 ☆	
①(1976)	グラノラス・バルセロナ	[スペイン]	①	TSC・ベルリン	[東ドイツ]
②(1977)	マイ・モスクワ	[ソ 連]	②	フェレントバロス・ブダペスト	[ハンガリー]
③(1978)	VfL・グンメルスバッハ	[西ドイツ]	③	TSC・ベルリン	[東ドイツ]
④(1979)	SC・マクデブルク	[東ドイツ]	④	イスクラ・バルチザンスケ	[チ ェ コ]
⑤(1980)	カルヒサ・アリカンテ	[スペイン]	⑤	ス・タルタクス・ブダペスト	[ハンガリー]
⑥(1981)	TuS・ネデルスタット	[西ドイツ]	⑥	RK・オシェク	[ユ ー ギ]
⑦(1982)	エンボル・ロストック	[東ドイツ]	⑦	RK・オシェク	[ユ ー ギ]
⑧(1983)	スカ・ミンスク	[ソ 連]	⑧	ダルマ・スプリット	[ユ ー ギ]
⑨(1984)	FC・バルセロナ	[スペイン]	⑨	ブドウチノスト・チートグラード	[ユ ー ギ]
⑩(1985)	FC・バルセロナ	[スペイン]			

ヨーロッパ・IHF・カップ

① (1982) VfL・ゲンメルスバッハ	〔西ドイツ〕	① トレシニエベカ・ザグレブ	〔ユーゴ〕
② (1983) S I I ・サポロシェ	〔ソ連〕	② オートモビリスト・バク	〔ソ連〕
③ (1984) TV・グロスバルスタット	〔西ドイツ〕	③ チミストル・ヒルセア	〔ルーマニア〕
④ (1985) ミナウル・バイア・メア	〔ルーマニア〕	④ フォルバルツ・フランクフルト	〔東ドイツ〕

たラドニチキを突き放す連続ゴールを終了間際にあげ23―16。スバルタクにとって絶対有利の7点差をキープした。

4月14日、ベオグラードのパニツャア体育館で行なわれた第2戦は、まったく波乱に満ちた一戦といえた。

前半から積極的に攻撃をしかけ

るラドニチキは、13分、2—3とスパルタクにリードを許したものの、24分、6—4と逆転。さらに29分、8—5とし前半を終了。あわや大逆転劇かと思わせる大健闘を演じてみれば、一転して後半は19分まで無得点、結局15—18とスパルタクの逆転勝利で幕がおろされた。

「あの20分間は、いったいどうしたとか。さっぱり理由がわからない。ハーフタイムでは、前半の調子を保つためにも、ミスの再確認を指示した。よりうまくいくはずだったが——」と呟くラドニチキのミラトビッチ・コーチは渋い顔。

ラドニチキサイドにとって悪夢  
としか考えられないものだった。

5-8から連続9ゴールで一挙に14-8と逆転したスバルタの勝利は、「カルロバのケガでパワー減退が心配だった。第2ハーフでの作戦は、ディフェンスを固め、得点するしかなかった」と試合後にトウルチン・コチが話したとおりの、一線(0-6)ディフェンスの守りにあった。ボール一つ通さないコンビネーションシステムは、39歳のトウルチンやズバレバを始めほぼ全選手が、ソ連ナショナルで固められた最強の単独チームといえる完璧なものだった。負けを予期せず戦うのが、女王・スバルタクといえ、ラドニチキも過去6度(優勝4回)決勝進

出している強豪。ヨーロッパで「世界で最もすぐれたチームの激突」と伝えられる両チームの対戦は、今回で9度目。

ヲ第1巻(4月7日)  
 スパルタ  
 ク・キエ23  
 フ(ソ連)  

$$\begin{array}{|c|c|} \hline 12 & 11 \\ \hline 8 & 8 \\ \hline \end{array}$$
  
 16  
 グラード  
 キ・ベオ  
 ラドニチ

▽第2戦 (4月14日)  
 スパルタ  
 ク・キエ18  
 $\begin{array}{|c|c|} \hline 13 & 5 \\ \hline 7 & 8 \\ \hline \end{array}$   
 15  
 グレード  
 ラドニチ  
 キ・ペオ

(第2戦)									
}	}	G K	[ラジ トミ ブ	ド ユロ チ	ニ キリ ビッ	キ ヤ チ	得 0 0 0		
		F P	ダ ヤシ エ	コ リ ッ	シ ッ ッ	ヤ チ ア	1 5 0		
		審・ タンク レ	ユ リ ッ	ッ	ッ	ア レ ッ	8 1 0		
		ラ ン ズ レ イ ス	ブ イ リ ッ	ッ	ッ	レ ッ チ	0 0 0		
		[フランス]	ザ	ッ	ッ	チ	0 0 0		
P T	(4)								

● 第9回女子カップ・ウィ  
ナイズ・カップ決勝

得点	バルタク	クバ
0	リョ	イロ
0	ポロ	バン
0	ルメ	バ
2	セ	バ
0	サ	バ
6	ス	ガ
5	ブ	バ
0	ト	バ
4	オ	バ
1	デ	コ
0	チャ	ン

18 (1)

▽第1戰（4月6日）

$$\begin{array}{r} \text{ブ} \\ \text{ド} \\ \text{ウ} \\ \text{チ} \\ 3 \end{array} \quad \begin{array}{r} 15 \\ | \\ 8 \end{array} \quad \begin{array}{r} 8 \\ \text{ド} \\ \text{ル} \\ \text{シ} \\ \text{ユ} \end{array}$$

(ユ一ゴ) 3  
18  
|  
10  
(チエコ) 1

▽第2戦（4月13日）

$$\begin{array}{r} \text{ノ} \\ \text{ス} \\ \text{ト} \\ 22 \\ \hline 13 \ 9 \\ | \quad | \\ 9 \ 9 \\ \hline 18 \\ \text{ド} \\ \text{ベ} \\ \text{ニ} \\ \text{ク} \end{array}$$

— 15 —



※厳木小広川分校のみ参加、優勝



▼準決勝		3 P T C 2	
倉敷天城	32   21	倉敷商	
総社	13   10	倉敷工	
▼3位決定戦			
倉敷商	21   16	倉敷工	
▼決勝			
倉敷天城 25	(1312   1011)	21 総社	
※倉敷天城3年ぶり7回目の優勝			
(女子)			
▼1回戦			
落合	17   8	大安寺	
総社	8   3	倉敷天城	
児島	11   7	一宮	
西大寺	13   9	真備	
▼準決勝			
落合	11   4	総社	
西大寺	10   9	児島	
▼3位決定戦			
総社	11   8	児島	
▼決勝			
西大寺 15	(87   23)	5 落合	
※西大寺は2年連続3回目の優勝			
第25回群馬県総合選手権			
(1月13日、15日／前橋市民体育館)			
(男子)			
▼1回戦			
藤岡ク	22   15	前橋高	
富岡ク	27   19	前橋高OB	
吉井ク	27   17	甘楽ク	
吉井高OB	18   15	群馬大	
▼2回戦			
群馬教員	32   16	藤岡ク	
吉井高	23   18	前橋ク	
前橋市役所	25   21	富岡市役所	
富岡ク	23   17	前工ク	
下田高OB	24   24	吉井ク	



第一回中学校水海道交流大会

富岡高	2 P T C 1	桐生ク
前橋商高	34 14	富岡愛球会
富岡高OB	29 24	吉井高OB
富岡高OB	33 18	吉井高OB
群馬教員	38 23	吉井高
富岡高OB	40 23	下仁田高OB
群馬教員	36 23	前橋商高
富岡高OB	32 21	富岡高
群馬教員	21 20	富岡高
富岡高OB	32 21	富岡高
群馬教員	19	富岡高
群馬教員	8 11 11 7	18 富岡高
群馬教員	2年連続9回目の優勝。	

勝。

※群馬教員は2年連続9回目の優勝。

（女子）

▼1回戦

高崎市女高

下仁田高

吉井高

▼2回戦

光電ク

吉井高OB

下仁田高

高崎市女高

群馬短大附高

前橋ク

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

高崎市女高

（女子）

滋賀教員

1016 116

17 高島高

高島高

19 26 18 13

高島高

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

高島高

25 15

長浜ク

（女子）

滋賀教員

1713 168

14 東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

（男子）

滋賀教員

1713 168

14 東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

京都市教員

24 14

東山クA

国内遠征、海外遠征

## 旅のすべてを 演出します。

旅のplan do see

旅には3つの楽しさがあります。

出発前の計画を練る楽しさ、

自然や風俗、人間にふれる楽しさ、

そして尽きぬ思い出の楽しさと。

### 京王観光

新宿旅行センター

〒160 東京都新宿区西新宿1-16-4

☎03-346-0061 担当：入江

海外事務所 シンガポール(KE10-SCA)















[illegible]



molten®



MOLTEX 株式会社  
〒750 広島市南区  
\*アスレチック・バスケット・サッカー



瞬間、  
信頼の手がかり!

独自の32面体  
ノンスリップ構造で  
ダイナミックプレーを演出する

モルテンハンドボール

独特のワブ形状とパネル間段差の“32面体ノンスリップ構造”で確かな手がかりを生み出すとともに、ナイロン糸巻構造をほどこし、すばらしい耐久性、真球性をも実現したモルテンハンドボールは、日本ではじめて国際ハンドボール連盟（I.H.F.）公認を獲得。ハンドボーラーの圧倒的な人気と信頼を集めています。

●日本ハンドボール連盟公認球（J.H.A.）  
●国際ハンドボール連盟公認球（I.H.F.）



**モルテン**  
**ハンドボール**

株式会社 五陽電機  
東京本社：東京都港区新橋4-5-1 電話：(03)322-1111  
大阪支店：大阪府大阪市東区1-1-1 電話：(06)242-1111

タイ。日本人  
タイ。タイタイタイ。

いつでもどこでも誰にでも打てる  
初めての日本語  
パーソナルライター  
¥88,000  
新登場



brother

ワープロの頭脳と、タイプライターの使いやすさがひとつになりました。タイプライターのブラザーが、日本語をいんと面白くしてしまいました。1400万台の生産実績を誇るブラザーがそのタイフ技術エレクトロニクス技術を結集して生み出した日本語のためのタイプライター。手にしたその日から、誰でも打ちやすいと簡単に美しい日本語が打てます。指一本で自由自在に打ち方も無限。しかも、使用場所を選ばず軽便タイプです。書くから、打つへ——日本語の新しい時代がいま、ブラザーからはじまります。



ブラザー日本語パーソナルライター

**ピコワード**

ブラザー工業株式会社

名古屋瑞穂区堀田通9-35 〒467  
TEL: (052)824-2511(代表)



## 球史を飾る99のハンドボールの概要

新年度に入って編集委員会の動きは、いよいよ本格化しました。

各地に点在する多くの先輩からも、手紙や電話で、かなりの情報も、日本協会（03-4811-2361）へ寄せられ、これまで「空白」といわれた部分も、かなり埋まりはじめています。

こうしたムードのなかで、5月3日、東京で第2回編集委員会が開かれ、目次案の最終的な詰めを行ない、執筆者のリストアップにまで進みました。

本編ともいえるべき「日本ハンドボールの歩み」は、各委員の活発な意見交わりのあと、年代別に、次のように委員の分担を決定、今後は、それぞれの委員が担当年代の歴史の掘り起しを行ない、来春までに、原稿としてまとめあげます。

まず、日本協会前史となる「大正11年～昭和10年」は藤本強、水上一、新井節男の各委員が受け持ち、「昭和11年～17年」は外山准二、嶋田新太郎両委員が、健筆をふるいます。

今回の一つのポイントといわれる戦時中「昭和18年～20年8月」は入江信太郎委員長と村田弘委員、戦後の「昭和20年9月～37年」は岡村昭二、外山、村田委員、「昭和38年～44年」は岡村、藤本委員、

「昭和45年～52年」は杉山茂、嶋田委員、「昭和53年以降」は、川上整司委員と大野金一専務理事（編集委員会顧問）が担当します。

各委員は、各年度の日本協会の動きを細くもろくさずチェック、その事業の周辺を肉づけするわけですが、どうか全国の皆さんも、編集委員にまかせただけではなく「この年には、こんなコトがありましたよ」といった情報を、是非お教え下さい。

入江委員長は、ミーティングのたびに、このような発言をしているのです。

「歴史というのはまとめたあとで、新史実が出てくるケースが多い。（日本ハンドボール史）は、なるべくそのようなことを少なくしなければならぬ」と。

重ねてご協力をお待ちします。

### 99のエピソード集める

さて、前号でも触れましたが、今回の編集では、本編のほか、球史を彩ったいくつものイベントのなかから、これはというものをピックアップ、当事者や編集委員がドキュメント・タッチで、エピソードをつづるという企画が盛りこまれます。

第1回（昨年12月）の編集委員会、このパートを「球史を飾る

99のエピソード」というタイトルにすることを申し合せ、各委員が50づつのイベントを提案、このほどこ次の97項目を、まず採択することになりました。

①ハンドボールが日本に上陸した日（大正11年）  
②学校体操教授要目への加入（大正15年）  
③陸軍戸山学校での採用（昭和2年）  
④社会体育としての始動（昭和3～5年）  
⑤IAHFへの加盟（昭和3年）  
⑥日本陸連内での胎動（昭和6年）  
⑦バムベル氏を招いての講習会（昭和10年）  
⑧女子教授要目に加入（昭和11年）  
⑨ベルリン・オリンピック（昭和11年）  
⑩幻の東京オリンピック（昭和12～15年）  
⑪慶大、早大、日体、文理大、明大でのスタート（昭和12～13年）  
⑫第1回関東選手権と同全日本選手権の思い出（昭和12年）  
⑬岡山協会の発足（昭和13年）  
⑭日本協会設立、その日（昭和13年）  
⑮東京オリンピック候補の合宿（昭和13年）  
⑯初の社会人チーム「東京YMCA」

⑰初の企業チーム「食穀精織岡山」  
⑱ヒットラー・ユーゲントの来日（昭和13年）  
⑲第1回東西対抗（昭和13年）  
⑳日体対在日ドイツ艦隊（昭和15年）  
㉑早慶の朝鮮遠征（昭和15年）  
㉒横浜・神戸外人との交流  
㉓第1回全日本中学（旧制）選手権（昭和15年）  
㉔関西球界の動き、戦前の部、高女の活動  
㉕訪日ドイツ艦隊との対戦（昭和17年）  
㉖「大日本体育会送球部会」時代  
㉗女子専門学校選手権（昭和18年）  
㉘枢軸国交歓球技大会（昭和18年）  
㉙戦時中の球界  
㉚戦後初ゲーム（昭和20年）  
㉛復活した東西対抗（昭和21年）  
㉜日本ハンドボール協会復活へ  
㉝「日本協会旗」の制定（昭和21年）  
㉞国体への参加（昭和21年）  
㉟関西学生リーグスタート（昭和22年）  
㊱用具配給制度（昭和22年）  
㊲全国高校連ハンドボール部発足（昭和24年）  
㊳全日本総合選手権復活（昭和25年）  
㊴初のインター・ハイ（昭和25年）  
㊵IAHFへの復帰（昭和25～27年）  
㊶各種東西対抗の思い出（昭和26年）  
㊷機関誌の刊行（昭和26、34年）  
㊸初の室内ハンドボール（昭和27年）  
㊹「ナイトゲーム」の開催（昭和28～32年）  
㊺記者クラブとのこゝろ親試合（昭和22～34年）  
㊻二度の関東学生界分裂（昭和29、31年）  
㊼西ドイツの来日（昭和31年）  
㊽11人制へのけつ別（昭和32、38年）  
㊾桜台高の快進撃（昭和28～32年）  
㊿寝屋川高対熊本市立戦（昭和33年）  
㊽幻に終わった世界選手権参加（昭和34年）  
㊾東京オリンピック哀愁（昭和34～39年）  
㊿ルーマニアの来日（昭和35年）  
㊽本格的実業団時代の到来（昭和35年）  
㊾第4回世界選手権への参加（昭和36年）  
㊿日体大の韓国遠征（昭和36年）  
㊽関学の奮戦  
㊾芝浦工大黄金期  
㊿女子も世界への道（昭和37年）  
㊽韓国チームの来日始まる（昭和38年）  
㊾立大の復活  
㊿世界学生選手権始まる（昭和38年）  
㊽中国との交流（昭和40年）  
㊾ミュンヘン・オリンピック（昭和41～47年）  
㊿全日本男子ヨーロッパ初合宿（昭和44年）  
㊽ユーゴの来日（昭和48年）  
㊿東ドイツとの交流（昭和49年）  
㊽アジア競技大会へ（昭和49年）

㊽初回の社会人チーム「東京YMCA」  
㊾初の社会人チーム「東京YMCA」  
㊿初の社会人チーム「東京YMCA」

㊽初回の社会人チーム「東京YMCA」  
㊾初の社会人チーム「東京YMCA」  
㊿初の社会人チーム「東京YMCA」

㊽初回の社会人チーム「東京YMCA」  
㊾初の社会人チーム「東京YMCA」  
㊿初の社会人チーム「東京YMCA」



- ⑦女子密室試合（昭和50年）  
 ⑧モントリオール・オリンピック  
 へ（昭和48・51年）  
 ⑨沖縄特別国体（昭和48年）  
 ⑩女子実業団の盛衰  
 ⑪日本リーグの発足（昭和51年）  
 ⑫第1回アジア選手権（昭和52年）  
 ⑬モスクワ・オリンピックへ（昭和52・55年）  
 ⑭中国の国際舞台復帰（昭和54年）  
 ⑮スポーツ少年団活動  
 ⑯全国中学生大会のスタート（昭和47年）  
 ⑰全日本女子苦難時代  
 ⑱高校センバツ大会の開始（昭和54年）  
 ⑲ロサンゼルス・オリンピックへ（昭和56年・59年）  
 ⑳「クラブ」新時代  
 ㉑ジュニアも国際化  
 ㉒日本協会の財政・登録料の安せん

- ㉓公認コーチ制度  
 ㉔「スカイブレイ」の誕生  
 ㉕歴代6会長（大谷、平沼、永井、式場、田村、鈴木）の思い出  
 ㉖ソウル・オリンピックへ  
 ㉗大阪イーグルスの健斗（昭和38年）  
 ㉘財団法人化実現（昭和56年）  
 ㉙「ジャパン・カップ」の創設（昭和57年）  
 ㉚「国際スポーツフェア」への参加
- ④大同×湧水決勝  
 ⑤「蒲生晴明」（昭和48年・59年）  
 ⑥日本リーグに外人選手  
 ⑦5回の天らん試合「国体」  
 「99」には2項目不足しているが、これは、このあと起こり得るイベントに備へたわけです。  
 各項目の執筆者、執筆候補者、調査者も、すでにノミネートが終っています。太字の項目は資料が整っていません。  
 どのような内容でも結構です。から、ご存知のかたは、お知らせ下さい。

#### 各地協会史の執筆者

- ブロック協会、都道府県協会、全国連盟の歴史編については、日本協会から2月10日付で関係諸機関へ執筆者推せんをお願いいたしました。5月10日現在、次の22団体から届出がありました。（敬称略）。
- このあと、当委員会から執筆要項などをお伝えし、今秋12月5日までに、各球史をお送りいただきます。
- 日本協会の歩みとともに、これらの原稿への期待、興味は深いものがあり、内容豊かな史実が出揃うものと思われま。
- 〔9ブロック協会〕
- 北海道 岡田豊夫、駒林昭之
  - 東北 由利弘、太田利彦、森恭
- 〔46都道府県協会〕
- 茨城 大川潤、砂長誠、鈴木均
  - 群馬 高橋潔
  - 千葉 宮本西嗣、日根野寛、佐藤幹雄
  - 東京 渡辺和美、鷺尾武治、飯田信行
  - 神奈川 三浦公
  - 山梨 清水正、古屋正
  - 新潟 渡辺五郎兵衛、山田馨、庭山政幸
  - 石川 若山博
  - 福井 竹野秀輝
  - 静岡 片瀬喜代次
  - 岐阜 岡田重博
  - 滋賀 尾本和男
  - 岡山 猪原昭、大西富男
  - 広島 九口哲美、平田幸男、荒谷拓三
  - 高知 熊沢徹郎、武田末男、川崎秀雄
  - 熊本 泉法
  - 宮崎 坂本平
- 〔5全国連盟〕
- 全日本学連 中沢重夫
  - 全国高体連 中西敬一、三浦公、伊藤和夫
  - 全日本自衛隊連 富永劭
- 「都道府県・全国連盟・ブロック史」は、今回の主要部分を構成するもので、一団体でも欠けると編集の意味がありません。
- 5月10日のメ切までに、予定の

60団体のうち、執筆者の届出率が50パーセントに満たないのは「日本ハンドボール史」刊行そのものの前途に危惧を感じさせます。未届けの団体関係者のかたは、早急に執筆者をお知らせ下さるようお願いいたします。

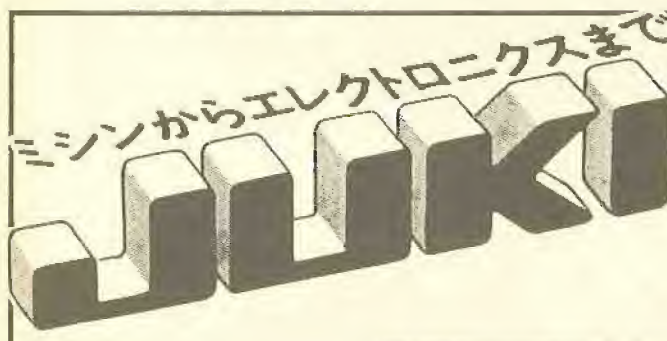
#### 次の資料を探して

現在までに、明きらかに未整備なのが、次のデータです。  
 前号と重複するものもあります。が、一時借用でもかまいません。お持ちのかたは、ご一報下さい。  
 ・昭和40年度までの日本協会役員名簿  
 ・昭和12年から30年までの各種大会プログラム  
 ・特色のあるユニホーム（デザイン、型など）を身につけた写真  
 ・戦前の「日本協会旗」が写っている資料  
 ・昭和13年から昭和40年までの日本協会会計報告書  
 今月もお願ひばかりになりましたが、ご協力を。

#### 編集委員会

- ▽委員長 入江信太郎  
 △委員 外山準二、嶋田新太郎、村田弘、岡村昭二、新井節男、藤本強、杉山茂、滝口三郎、川上整司、水上一  
 △顧問 荒川清美、大野金一

情報、資料の提供は、すべて 〒150 東京都渋谷区神南1の1（財）日本ハンドボール協会 記念誌委員会まで。TELは03-四八一-二三六一です。用紙など自由。



- 工業用ミシン
- 家庭用ミシン
- 電算機周辺機器
- 事務機
- 家庭電気製品
- 縫製用機器



# 全日本男子アメリカに遠征

全日本男子チームは、7月3日から13日まで、アメリカ西海岸に遠征、アメリカ代表チームと4試合を行なうこととなった。

アメリカは、ロサンゼルス・オリンピックでその地力を見せてくれ、その後ヨーロッパにも遠征、活躍をしている。今回の代表チ

# 告知板

ムの顔ぶれは、ロスの代表7名を中心としたメンバーで、全日本チームが、世界選手権の予選を前にこの遠征でどのような成果をあげてくるか、大いに期待したい。

## 西ドイツの強豪チーム 「エッセン」が来日

西ドイツブンデスリガの強豪チームが7月に来日することが決定した。

日本での予定は、7月26日に名古屋で、28日には京都で、それぞれ全日本男子チームと試合を行なう。ヨーロッパの強豪チームに全日本チームがどのような戦いぶりを見せるか、どうか地元のみならずは出来るだけ沢山応援に駆けつけて下さい。

## 強化委員会報告

### (男子)

#### 1 強化合宿

① ナショナル 4月28日～5月1日(大同) 5月13日～18日(大同)

#### ② シュニアナショナル

日13日(日体大) 4月1日～3日(日体大)

2 ホンコン大会(6ページ参照)

3 対中国戦(2ページ参照)

4 ナショナルアメリカ遠征(前項参照)

### (女子)

#### 1 強化合宿

① ナショナル 4月16日～22日(立石)

② シュニアナショナル 4月8日～14日(大崎) 5月26日～6月1日(境港) 8月10日～16日(ジャスコ) 9月10日～16日(ジャスコ) 10月7日～15日(ジャスコ・大和)

2 ジュニア女子世界大会 出発・大阪 10月16日～31日・ソウル

3 テラモ・ホンジ大会ジュニア女子

集合7月1日 2日出発10日まで テラモ 11日～17日ホンジ

19日帰国

4 チュンチェン大会(4ページ参照)

### (その他)

1 テラモ大会団長と視察員、審判、アメリカ遠征団長、男子ジュニア世界大会団長について

2 女子ジュニア世界大会と国体について

3 コーチ、トレーニングドクター

4 ソウル・オリンピックに対しての選手養成について

5 女子ナショナルヨーロッパ遠征について

## 競技委員会議事録

日時 5月10日2時～5時

場所 岸記念体育館内スポーツマンクラブ

議題 二巡目以降の国民体育大会ハンドボール競技のあり方について

日本体育協会は、昭和63年第13回国民体育大会(京都)以降の国民体育大会について種々検討が行なわれ、その中で成年の部について1部、2部を設けることがすでに決定されている。

ハンドボール競技としては、この問題について如何に対処するかについて検討の結果「成年男子に2部を設けて5種別を開催する」ことがすでに全国理事長会議、全国理事会、評議員会において決定されている。今回の委員会では、「如何にして成年男子1部、2部を実施するか」について検討を行なった。

## 参加資格について

総則による他現行のハンドボール競技参加資格の(3)および(4)を廃し学生の参加を認める。

## 出場資格について

成年男子の1部あるいは2部への出場チームの選定は、各都道府県の意向による(過去に少年の部、成年の部に出場したことのある選手も出場することができるとする(「開催基準要項細則」)。いずれも一般A登録チームでなければならぬ。各種別の出場チーム数について現行の80チーム、1040名の枠を越えることはできないが、種々検討の結果次のような種別割当数を結論とした。

少年男子 16チーム

少年女子 16チーム

成年男子1部 16チーム

成年男子2部 16チーム

成年女子 22チーム

※成年男子1部と成年女子は隔年のローテーションとする。

各種別の出場チーム数の各ブロックへの割当数について

出場チーム数10の種別は、各ブロック1×9ブロック+開催都道府県1とする。

他の種別については、出場チーム数1(1×9ブロック)※残余のチーム数。残余のチーム数は各開催年度の当該種別の登録チーム数によって比例配分する。

※登録チーム数は、毎年5月末日現在の数とし、国民体育大会参加のための一時登録は含まないものとする。

また、成年男女の登録数は一般A登録の数による。男女とも学生登録のチーム数は含めない。

※残余チーム数の割当方法

残余のチーム数(種別出場チーム数-10)×当該種別の各ブロック

## クの保有パーセント

## 佐賀県協会 20周年記念事業で台湾に遠征

佐賀県ハンドボール協会は、設立20周年記念事業として、成年男子、高校女子の県選抜チーム(团长水田正文会長以下役員9名、選手32名)は、3月25日から29日まで台湾への遠征を行なった。成績は、男女とも3戦を行ない男子1勝2敗、女子3敗の結果であった。

## 〔成績〕

### (成年男子)

#### 第1戦

台北体育専科学校 35

第2戦

台中体育専科学校 23

第3戦

佐賀選抜 29

高校女子

#### 第1戦

台北体育専科学校 11

第2戦

台中体育専科学校 26

第3戦

稲江護理家 10

事職業学校 10

4佐賀選抜

16佐賀選抜

9佐賀選抜

28中和市

一般選抜

1513

1415

1513

1415

1513

1415

1513

1415

1513



# 昭和60年度各都道府県協会役員

〔※5月20日までに日本協会に知らされたものです〕

## 〔青森県〕

○会長 太田尚充  
○理事長 田辺哲彦  
○事務局長 碓谷寿明  
〒039-35青森市原別遠山13青森東高校内

## 〔宮城県〕

○会長 高橋善幸  
○理事長 森 恭一  
○事務局長 千田文彦  
〒980 仙台市子平町3-11 千田方

## 〔栃木県〕

○会長 滝沢 武  
○理事長 高橋隆夫  
○事務局長 滝口孝之  
〒326 足利市西宮町2908-1足利工高校内

## 〔茨城県〕

○会長 幡谷祐一  
○理事長 山内孝雄  
○事務局長 鈴木 均  
〒312 勝田市大字足崎1458勝田高校内

## 〔群馬県〕

○会長 小金沢岩男  
○理事長 高橋 潔  
○事務局長 高橋 潔  
〒371 前橋市南町4-14-20 高橋方

## 〔東京都〕

○会長 渡辺和美  
○理事長 滝口三郎  
○事務局長 浦山洋子  
〒141 品川区東五反田2-2-7 大崎電気工業㈱内

## 〔千葉県〕

○会長 浮谷貞雄  
○理事長 川村 敏  
○事務局長 稲生 茂  
〒287 佐原市佐原イ2685佐原高校内

## 〔山梨県〕

○会長 植野 保  
○理事長 清水 正  
○事務局長 千野恒夫  
〒400 甲府市美咲2-13-44 甲府第一高校内

## 〔新潟県〕

○会長 近藤禄郎  
○理事長 山田 馨  
○事務局長 遠藤 進  
〒945 柏崎市北園町19-47 遠藤方

## 〔富山県〕

○会長 高田義一  
○理事長 金原 至  
○事務局長 山口吉弘  
〒935 氷見市鞍川1056 有磯高校内

## 〔石川県〕

○会長 米谷半平  
○理事長 若山 博  
○事務局長 大村孝則  
〒920-03 金沢市畝田東1-1-1金沢市立工業高校内

## 〔福井県〕

○会長 伊藤仁和  
○理事長 竹野秀輝  
○事務局長 塚崎則男  
〒910 福井市御幸2-25-8高志高校内

## 〔静岡県〕

○会長 稲森照男  
○理事長 久保田龍治  
○事務局長 久保田龍治  
〒420 静岡市古庄525 静岡農業高校内

## 〔愛知県〕

○会長 本下浩次  
○理事長 伊藤和夫  
○事務局長 村木啓作  
〒461 名古屋市東区徳川1-12-1愛知商業高校内

## 〔三重県〕

○会長 岡田卓也  
○理事長 中根武彦  
○事務局長 中根武彦  
〒514 津市むつみヶ丘津東高校内

## 〔岐阜県〕

○会長 浅野 清  
○理事長 上妻忠夫  
○事務局長 上妻忠夫  
〒501-04岐阜県本巣郡北方町朝日町4-50-2 上妻方

## 〔滋賀県〕

○会長 尾本和男  
○理事長 佃 幸太郎  
○事務局長 清水哲哉  
〒522 彦根市金亀町4-7 彦根東高校内

## 〔大阪府〕

○会長 神田 清  
○理事長 望月伸三郎  
○事務局長 望月伸三郎  
〒580 松原市河合2丁目10-65大阪薬科大学内

## 〔奈良県〕

○会長 森田正英  
○理事長 阪本祐治  
○事務局長 阪本祐治  
〒630 奈良市高樋町841 阪本方

## 〔和歌山県〕

○会長 世耕政隆  
○理事長 尾高義彦  
○事務局長 尾高義彦  
〒640 和歌山市砂山南3丁目3-94

## 和歌山商業高校内

## 〔鳥取県〕

○会長 栗原三八郎  
○理事長 松原紀機  
○事務局長 里 和則  
〒684 境港市上道町1600境港市役所内

## 〔岡山県〕

○会長 永井恒三郎  
○理事長 猪原 昭  
○事務局長 大西富男  
〒700 岡山市伊福町4-3-92岡山工業高校内

## 〔広島県〕

○会長 川上正幸  
○理事長 平田幸男  
○事務局長 久保田 玄  
〒730 広島市中区南千田西町8-1 修道中・高校内

## 〔山口県〕

○会長 近間忠一  
○理事長 槇 敏夫  
○事務局長 赤地典高  
〒751 下関市後田町4丁目25-1 下関中央工業高校内

## 〔愛媛県〕

○会長 梶浦晴一  
○理事長 河本武夫  
○事務局長 坂井良至  
〒791 松山市久万ノ台1485-4松山西高

## 〔高知県〕

○会長 邑田一郎  
○理事長 酒井 満  
○事務局長 酒井 満  
〒780 高知市塩屋崎1丁目110 土佐高校内

## 〔福岡県〕

○会長 関 和虎  
○理事長 條崎省吾  
○事務局長 和佐野健吾  
〒814 福岡市早良区西新3-13-1 西南学院高校内

## 〔宮崎県〕

○会長 中村利吉  
○理事長 山田龍雄  
○事務局長 谷川幸夫  
〒880 宮崎市霧島1-2 県健康増進センター内

## 〔沖縄県〕

○会長 嘉陽宗隆  
○理事長 平仲孝栄  
○事務局長 平仲孝栄  
〒901-03糸満市字糸満1712糸満高校内



## 賛助会通信

# 賛助会の輪をもっと広げよう

——新会員の紹介をお願いします——

ハンドボールはどうして民放テレビに映らないのか？ハンドボール愛好者がいつも口にする言葉です。そうです。ハンドボールが電波に乗るのは、NHK教育テレビの全日本総合とスポーツニュースぐらいです。民放の放映には何千万円という金がかかります。そのためのスポンサーがつくつかないかは視聴率、観客動員次第です。日本協会でも、スポンサーの交渉はしていますが、どちらかにわとりか卵かはともかく、並行してハンドボールの試合を見ていただくファンを多く集めていただくことが大切です。

賛助会の年度は、暫定的に1月から12月までとなっています。賛助会費収入から機関紙増刷及び送料等の経費を控除した残金は、ナショナルチームの強化や普及事業などの財源にあてられています。

選手強化には相当な金がかかるうえ、ロス・オリンピックで痛感されたように若手選手（高校生から中学生まで）の育成強化にはこれまで以上に金がかかります。

また、日本協会は、小学校に対するハンドボールの普及を当面の最大の課題としています（これが頂点強化にもつながります。）それが親子ハンドボールにつながって、ハンドボールの輪はますます大きくなっていく……。

どうか賛助会の皆さんも、そのような輪の核となって、その輪をもっともっと大きくしていって欲しいと思います。お一人が2名、3名の知人を誘っていただければ、会員の数は直ちに数倍になります。

会員の特典として、特別頒価のビデオの製作監修が具体化しつつあります。「賛助会だより」は、当分この「賛助会通信」で代えさせていただきます。いろいろなご意見をお寄せください。

また、賛助会の幹事（パーティーなどの世話役）を募っておりますので、ご希望の方はご連絡をお待ちしています。

〒150 東京都渋谷区神南1-1-1岸記念体育館内  
(財)日本ハンドボール協会賛助会  
TEL (03) 481-2361 (代)

### ▶60年度会員

#### ◎特別法人会員

東京重機工業(株)、伊藤忠商事(株)、立石電機(株)、本田技研工業(株)鈴鹿製作所、大崎電気工業(株)、本田技研工業(株)熊本製作所、日新製鋼(株)、呉製鉄所、ジャスコ(株)、中村荷役運輸(株)、日立製作所栃木工場、(株)大和銀行、(株)北国銀行、東北ムネカタ(株)、大同特殊鋼(株)、トヨタ自動車(株)、(株)三景、新日本製鉄(株)

#### ◎特別個人会員

斎藤英四郎（日本協会・東京都）、荒川清美、武田喜三、大野金一（同）、武内史衛（日本協会公認会計士）、阿部二郎（日本協会・茨城県）、黒田富郎（日本協会・日野市）、村田弘（日本協会・堺市）、柳井文治（日本協会・下松市）、中沢重夫（日本協会・東京都）、幸村稔（名古屋市）、木下浩次（名古屋市）、大西武三（日本協会・茨城県）、金原至（日本協会・氷見市）、三嶋博（立川市）、幡谷祐一（水戸市）、日野博（北九州市）、北川勇喜（日本協会・横浜市）、安藤純光（日本協

会・日野市）、滝口三郎（日本協会・東京都）、平井博道（大阪市）、福島富造（富田林市）、富永邵（日本協会・水戸市）、田中滋章（日本協会・名古屋市）、木下秀男（佐久市）、北原佐久生（長野県）、油井孝一郎（佐久市）、新津真澄（長野県）、柳沢民弥（日本協会・佐久市）、井田萬三郎（浦和市）、乃村正数（坂出市）、中根武彦（日本協会・亀山市）、藤田八郎（日本協会・熊本市）、入江信太郎（日本協会・茨城県）、滝沢武（栃木市）、山田稔（日本協会・藤井寺市）、岡田卓也（東京都）、高田日呂美（日本協会・東京都）、渡辺慶寿（日本協会・宇都宮市）、岡前義春（日本協会・府中市）、嶋田新太郎（氷見市）、川上整司（日本協会・狭山市）、宇津野年一（名古屋市）、李寿昶（東八代郡）、里和則（日本協会・境港市）、竹内義文（横浜市）、新家谷隆夫（大阪市）、平野恭夫（津島市）、荏畑平男（大阪市）、近藤金博（日本協会・日野市）



笑顔があります。涙があります。  
躍動があります。記録への挑戦があります。  
チームプレイの和があります。  
からだを動かしていると  
人生の大切なものがたくさん見えてきます。  
新日鉄は、スポーツを通し  
心身を鍛える皆様に声援をおくります。

 **新日本製鐵**

スポーツが  
好き。汗が好き。

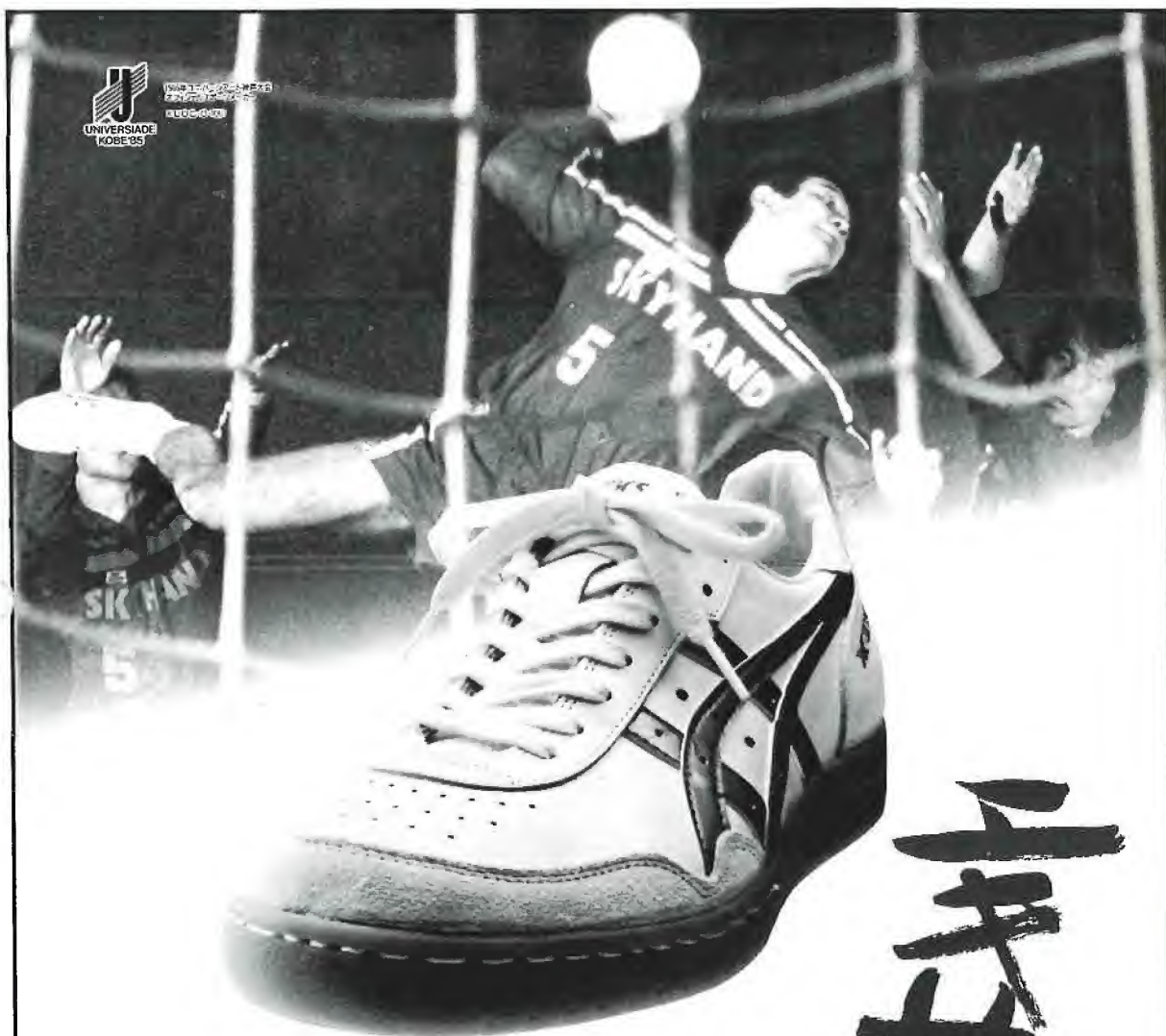




昭和四十年六月七日 昭和六十年五月二十五日 印刷  
第三種郵便物認可 昭和六十年六月一日 発行

東京都渋谷区神南一丁目一 編集集兼  
電話代表(株)二二六六一 大野金一  
振替東京 六一五三三三八番 発行人

定価三百五十拾円  
(年間購読料)  
(三千三百円)



エキサイト  
アサヒ



スカイハンドスペシャル (THH705)  
●明細はステア表等(白・白), 牛革ベロア(レッド, ロイヤルブルー)  
●ホワイ特×レッド, レッド×ホワイ特, ロイヤルブルー×ホワイ特  
●サイズ 22.5-28.0cm 標準小売価格 12,800



株式会社 アリックス

「スカイハンドスペシャル」が  
選手のフットワークを鋭くする。  
混戦には必ず、といつていいほど参加しているシューズ。  
「スカイハンドスペシャル」は、多くのトップ選手に履かれて  
います。軽くてショック吸収性が高いE・V・A素材内蔵の  
カップソール、力を加えると変形してフロアをとらえる  
底デザインなど、優れた機能がトップ選手のフットワーク  
に100%こたえています。  
さあ、いよいよゲーム開始。思いきりエキサイトしてください。  
「スカイハンドスペシャル」は、選手をエキサイトさせます。